Dọn Phòng
<blockquote>Kalama tri ân bạn buithibuukim ghi chép.</blockquote>
[21/01/2021 - 07:39 - buithibuukim]
Hôm nay tôi tổng hợp 6 bài Kinh, một bài Sa môn quả trong Trường Bộ và 5 bài trong Tăng Chi. Nội dung căn bản của 6 bài hoàn toàn giống nhau là nói về hành trình tu chứng của một người cầu giải thoát. Cũng là đường hướng tu tập mà Đức phật đề nghị người tỳ kheo nói riêng và người tu hành nói chung. Đó là chủ đề “Dọn phòng”.
Trong một gia đình bình thường gần như ai trong chúng ta từ lúc còn bé đã có phòng riêng rồi. Hồi nhỏ phòng để cái nôi vì ở Âu Mỹ hầu như bố mẹ không ở chung phòng với con. Lớn lên chút mình có phòng riêng chứa đồ chơi. Lớn lên chút nữa, vào highschool mình có phòng để sách vở, tranh ảnh, đồ lưu niệm, kỷ vật. Cứ như vậy theo thời gian, tới lúc chúng ta 90 tuổi, dầu ở trong lâu đài hay ở trong một căn hộ chung cư thì trong một điều kiện bình thường ai cũng có một căn phòng. Một chuyện đặc biệt nữa mà ít ai nhớ tới nó, hễ khi có ai nhắc tới thì mình giật mình, ồ thì ra bao nhiêu năm nay tui không để ý tới. Đó là trừ khoảng thời gian mình đi làm ở công sở, thời gian đi học ở trường lớp thì phải nói thời gian mình dành cho căn phòng đó nhiều lắm. Chỉ trừ mấy bà nội trợ phải dành thời gian xuống bếp, rồi lo cho em bé, vườn tược, chứ còn đa phần chúng ta ai cũng dành thời gian rất lớn cho căn phòng riêng. Đặc biệt hôm nay chúng ta làm việc nhiều bằng computer, rồi mùa CoVid không đi đâu thì thời gian chúng ta trong phòng càng nhiều.
Một chuyện nữa các vị phải đồng ý với tôi là do tánh ý mỗi người mà chuyện bày trí trong phòng cũng khác. Ngược lại, tùy cách bày trí trong phòng mà cái tâm cảnh, cảm xúc, tâm trạng của mình ít nhiều bị ảnh hưởng. Nói xuôi và nói ngược là vậy. Nghĩa là từ tâm mà tạo ra cảnh. Rồi từ cảnh nó tác động ngược lại tâm. Chuyện này lớn lắm! Tôi là người bề bộn, bê bối, bất cẩn, thất niệm cho nên cái phòng của tôi rất bề bộn như tâm của tôi. Chính vì cái phòng bề bộn, nên vốn dĩ tôi đã bề bộn lại càng thêm bề bộn. Tây có một câu là: “Hãy cho tôi biết anh chơi với ai thì tôi sẽ cho biết anh là người thế nào”. Nhưng một chuyện gia trang trí nội thất thì nói khác:” Anh cho tôi nhìn cái phòng của anh, tôi sẽ đoán ra một phần con người của anh”. Tôi nhớ đọc đâu đó như vậy.
Nên chủ đề hôm nay tôi nói chuyện “dọn phòng”. Trong room này ai cũng biết chuyện đó hết. Về lý thuyết và từ ngữ sử dụng sẽ không đồng ý với tôi. Nhưng tôi sẽ nói theo cách của tôi. Về lý thuyết dọn phòng theo tôi nằm trong 3 điều:
1/ Phải ngăn nắp.
Tức là cái nào nó cần nằm ở đâu thì phải nằm đúng chỗ ở đó. Tức là sắp xếp đúng chỗ những thứ lẽ ra nó thuộc về. Ở đây quí vị nghe nói dọn phòng thường nghĩ tới cái không gian thôi. Không! Nó rộng lắm, theo 6 bài Kinh đó thì không phải không gian không mà còn là công việc và thời gian nữa. Nghĩa là phòng không chỉ gói gọn trong không gian sinh hoạt, không gian cư trú mà còn nằm trong công việc và thời gian nữa.

Tôi đã từng nói một cơ thể khỏe mạnh là nó đi đúng trật tự của nó. Còn một cơ thể bệnh hoạn là mọi thứ đi sai trật tự của nó. Đó là nói về sức khỏe. Về nghệ thuật bày trí dầu đó là nội thất hay trong nghệ thuật nói chung, dầu trong bố cục một bức tranh hay một khu vườn, thì chuyện đầu tiên là mọi thứ phải nằm đúng chỗ của nó. Đó gọi là sự ngăn nắp. Tôi nhớ trong triết lý, văn hóa trang trí nội thất của người Nhật có một câu rất hay:" Ít cũng được, nhưng tất cả phải đúng chỗ. Nhiều thứ đắt tiền mà nó sai chỗ, không đúng chỗ thì chỉ là cái nhà kho thôi."

Trong cơ thể mình cũng vậy. Tất cả nó đi đúng cái trật tự của nó thì đó là một cơ thể khỏe mạnh. Một hàm răng đẹp là mỗi cái răng nằm đúng vị trí của nó. Chớ còn cái trong cái ngoài thì thua. Một khu vườn đẹp, một căn phòng đẹp, một cái bàn viết đẹp, cái nhà bếp chỉnh chu tinh tươm thì tất cả mọi thứ nó phải nằm đúng chỗ của nó. Ở đây cũng vậy. Đời sống chúng ta là một khu vườn, là một căn phòng. Chúng ta có thể có hết những thứ quý giá, nhưng do cái sắp xếp của mình, chúng ta đảo lộn , lục tung lên mọi thứ trật tự. Từ đó chúng ta không tận dụng được ý nghĩa, vai trò của từng thứ mình có. Chúng ta có tuổi trẻ, có tiền bạc, có sức khỏe, có quan hệ xã hội tốt, có công ăn việc làm tốt, chúng ta có tất cả. Nhưng đời sống ta không chỉ gói gọn trong đồng tiền, trong chén cơm bát gạo mà còn đời sống tâm linh, tinh thần nữa.

Thường người ta chỉ đánh giá một con người thông qua những thành tựu mà mắt thường có thể nhìn thấy. Chúng ta nói tâm linh là cho vui vậy chớ thường xã hội luôn đánh giá thành tựu chúng ta từ những thứ như vậy: từ chiếc xe, cái nhà, bà vợ, ông chồng, đứa con, khu vườn, ông tài xế, người giúp việc, bà nấu bếp, bà vú nuôi...đó là những thứ người ta thấy được. Nhưng đó mới chỉ là một phần đời chúng ta thôi. Một phần khác của đời sống từng người chính là đời sống tâm linh. Nhưng rất tiếc chúng ta đã không tận dụng được những cái mình có. Cho nên ta không biết rằng, thực ra mình cũng có trí tuệ, cũng có khả năng chánh niệm, khả năng thiền định, khả năng từ tâm, kham nhẫn. Mình có hết, nhưng vì mình không biết sắp xếp trật tự, ngăn nắp những thứ mình có cho nên dẫn tới điều thứ hai của kỹ thuật dọn phòng.

2/ Phải biết ưu tiên cho cái gì.

Bây giờ tôi quay trở lại cái thứ nhứt là mọi thứ phải nằm đúng vị trí của nó. Nghĩa là về công việc lẫn thời gian thì lúc nào làm việc nào giống như trong phòng món nào thì để ở đâu. Chúng ta có một thời tuổi trẻ sống bên cạnh cha mẹ, trong vòng tay người thân. Rồi có bằng đại học, đi vào đời, chạy theo những sự nghiệp có thể thấy bằng mắt mà quên một chuyện là những thứ mà mình thấy bằng mắt nó chỉ là vỏ ngoài của một con người. Và những thứ rắc rối của chúng ta không chỉ từ những thứ thấy được bằng mắt, mà nó còn đến từ những cái không thể thấy bằng mắt. Mà đa phần chúng ta chỉ lo cho những thứ thấy được bằng mắt. Cho nên những thứ rắc rối, phiền muộn đến từ những thứ không thấy được bằng mắt thì chúng ta bối rối, không giải quyết được. Chúng ta không biết ưu tiên cho cái gì, mà chỉ biết trộn chung nó lại làm rối cuộc đời mình.

Trong Kinh Hạnh phúc, Đức Phật dạy rất rõ: Tùy thời đàm luận Pháp, Kalena dhammasavanam là tùy thời thính Pháp. Có nghĩa là trong đời sống mình có những lúc đói ăn khát uống. Đó là cho thể xác. Về mặt tâm linh tinh thần chúng ta phải biết kịp thời giải quyết, giải tỏa xử lý những rắc rối từ những phiền muộn, âu lo cho đến những nghi hoặc hoang mang về vấn đề tâm linh tinh thần, tùy lúc mà giải quyết vấn đề gì.

Trong Kinh Pháp Cú nói rất rõ: Chúng ta có một cuộc đời giả định 70 năm. Thì quãng đời đầu chúng ta dành cho cái gì? Quãng đời tiếp theo dành cho cái gì? Mỗi người trong chúng ta đến từ duyên nghiệp của quá khứ, có một túi hành trang rất lớn, trong đó gồm thiện quả và ác quả. Trong cuộc đời này ta mang hình hài bệnh hay khỏe. Bệnh thì bệnh gì, mãn tính hay bệnh nhất thời. Rồi chúng ta có những ám ảnh từ quá khứ do tiền nghiệp, khuynh hướng tâm lý, môi trường sống. Ta có những vấn đề về tâm linh tinh thần. Có người nặng về những phiền não nào, bận lòng những mối ưu tư nào, tất cả những cái đó gom chung lại chính là hành trang, hành lý của mỗi người.

Vậy kỹ thuật dọn phòng đầu tiên là mỗi thứ phải nằm đúng vị trí của nó. Chúng ta là người bịnh, đồng thời là người Phật tử thì một ngày chúng ta dành bao nhiêu thời gian cho chuyện chăm sóc sức khỏe sinh lý? Một ngày vậy chúng ta có thời gian cho sức khỏe tâm lý hay không? Có thời gian bao nhiêu cho gia đình nếu ta có gia đình, có chồng vợ, con cái, nhà cửa, có những quan hệ xã hội, công ty hãng xưởng mình làm? Đa phần chúng ta khổ vì chúng ta không có khả năng đó. Kể cả chúng ta

có đang là một tổng giám đốc đi nữa. Một cách ngẫu nhiên và rất ngẫu nhiên, cách đây 2 hôm tôi có đọc bài báo nói về bi kịch gia đình các đại gia trong nước. Từ ông Dũng Lò Vôi, chủ ngôi chùa Đại Nam ở Bình Dương, cho tới ông Lê Ân đại gia mua cái gì mà đắt tiền nhứt VN đó. Trong đó họ kể những đại gia tôi đọc mà rùng mình. Vàng, bạc, nhà cửa của họ không biết đếm sao cho chính xác. Giàu đến mức như vậy. Người ta không có tiền xài còn họ đếm không xuể. Mà bao nhiêu bi kịch gia đình tới từ vợ, từ chồng. Cách đây không lâu chúng ta thấy như vụ cà phê Trung Nguyên ở VN. GIờ lòi ra vụ Đại Nam, vụ ông Lê Ân, nhiều lắm. Tôi không muốn lạc đề, tôi đang dắt quí vị trở lại nhân gian đầy phiền lụy mà. Nhưng không thể không nhắc sơ. Các vị thấy đó, cứ cắm đầu ưu tiên lo những thứ vật chất mà ta quên rằng trong căn phòng cái gì nên đặt ở cửa sổ, cái gì nên đặt ở đầu giường, ở bàn ngủ? Cái gì nên đặt dưới chân giường. Cái gì nên treo trên tường. Đằng này cứ thích cái gì là chất hết trên giường. Cái gì thích cứ đem treo hết ngoài cửa sổ, vậy là thua rồi!
Tôi vừa nói theo như trong Kinh, mỗi người chúng ta đến với cuộc đời này mang theo bao nhiêu thiện quả và ác quả. Từ đó đặc điểm tâm sinh lý mỗi người cũng không giống nhau. Cứ mỗi miếng ăn mình ăn vào nó có góp phần cho sức khỏe của mình tốt hơn hay tệ hơn. Mỗi một ngụm nước mình đưa vào ít nhiều tác động sức khỏe mình tiêu cực hay tích cực? Một câu nói mình phun ra, một email, một tin nhắn mình gửi đi nó góp phần làm cuộc đời mình trở nên tốt hơn hay tệ hơn? Một dòng tư tưởng đi ngang qua đầu mình tốt hay xấu thì chính dòng tư tưởng đó sẽ làm cuộc đời mình tốt hơn hay xấu hơn? Phải tin điều đó. Có nhiều người nghe tới đây không tin. Họ nói một dòng suy nghĩ đi ngang mà làm gì ảnh hưởng cuộc đời. Tôi hỏi nhẹ thôi: dòng suy nghĩ đó nếu được lập lại 3 lần, 8 lần, 15 lần thì có phải nó lớn chuyện không? Mà 8 lần, 15 lần đó đều bắt đầu từ lần đầu tiên hết.
Cho nên từ sau bài giảng này tôi cũng hy vọng những người giỏi quá không nói, những người sơ cơ, người cần nghe Đạo trong buổi đầu biết Phật Pháp cứ nhớ chừng thế này: "Mỗi ngụm nước, mỗi miếng ăn mình bỏ vào miệng mình nó có tác động nhất định lên trên sức khỏe, thậm chí tuổi thọ của mình nữa". Nhe! Ăn nhiều quá nó nghiện. Mà nghiện là vấn đề lớn rồi. Đó là nói về vật chất. Nói xa hơn chút là trong giao tế. Có những người mà mình gặp họ 3 lần, 5 lần, 10 lần trong một tháng. Tần suất đó ít nhiều sẽ ảnh hưởng cuộc đời mình, trong giao tiếp đó, ghê hông? Còn trong tư tưởng cũng vậy. Có những tư tưởng lập đi lập lại nhiều lần nó sẽ tác động đến nhân sinh quan, đến đời sống, tác động đến những quyết định lớn bé trong cuộc đời mình. Cho nên đừng cho rằng nó chỉ là suy nghĩ thoáng qua rồi coi nhẹ nó. Lúc này mình thường suy nghĩ nhiều về cái gì?- Đó! một người Phật tử tỉnh táo phải để ý vậy. -Lúc này hình như mình bị cuốn hút quá nhiều vào CoVid? -Lúc này mình bị cuốn hút quá nhiều vào cuộc tranh cử tổng thống bên Mỹ?- Bị cuốn hút quá nhiều vào tình hình kinh tế ở sài Gòn?- Vào cái chuyện chết chóc của các nghệ sĩ?- Vào chuyện gia đình, vào chuyện kiếm tiền, vào chuyện bịnh hoạn của cơ thể?... Mình phải luôn luôn tỉnh táo, nhớ những cái đó. Nhớ rằng mình sống nhiều vào cái gì, từng miếng ăn bỏ vào miệng nó đã tác động nhất định lên trên cơ thể của mình. Trong những hoạt động tinh thần cũng vậy. Mỗi một phút suy tư, mỗi phút chìm sâu nó để lại những dấu ấn nhất định lên trên đời sống mình.
Cho nên nghệ thuật dọn phòng đầu tiên là NGĂN NẮP. Mọi sự phải nằm đúng vị trí của nó. Cái xấu mình bỏ đúng rồi , còn cái tốt đặt đâu là đúng? Ăn cái đó là tốt, ăn rau là tốt, nhưng theo tôi được biết rau là âm, cho nên khi trời tắt nắng thì hạn chế ăn rau. Trong room có thể có dược sĩ, bác sĩ, có thể tôi múa rìu qua mắt thợ, nhưng theo tôi biết được từ sách vở, từ những người có kinh nghiệm trong vấn đề thực dưỡng thì tôi thấy hợp lý. Nghĩa là khi mặt trời tắt nắng là mình xài đồng hồ sinh học nghe. Ăn rau thì tốt nhưng phải có khi có thì, chiều uống nước cam là không được. Một cô dược sĩ có nói với tôi thế này: cam uống buổi sáng là vàng mà uống buổi chiều là chì. Giá trị nó chênh lệch lớn như vậy. Tập thể dục cũng vậy. Ta biết tập thể dục rất tốt. Nhưng trong một ngày, có những lúc giờ tập thể dục được xem là giờ vàng, nhưng có những lúc thì không, không phải lúc nào tập thể dục cũng tốt. Phơi nắng cũng vậy. Phơi nắng là tốt nhưng không phải lúc nào mình nằm đưa cái đầu ra ngoài nắng là tốt hết.
Như vậy mọi thứ phải đi đúng trật tự của nó. Mọi món đồ phải được đặt đúng vị trí của nó thì nó mới phát huy được tác dụng tích cực, nó mới tác động như ý ta mong đợi. Cho nên kỹ thuật dọn phòng đầu tiên là mọi thứ phải được ngăn nắp. Ngăn nắp đây nghĩa là phải nằm đúng vị trí của nó

vào thời điểm gì thì làm cái gì? Thân và tâm chúng ta đang trong tình trạng nào thì lúc đó chuyện gì là cần thiết cho tình trạng đó. Ở mỗi thời điểm đều có một việc thích hợp, lý tưởng cho nó.
Bây giờ nói về chuyện Đạo. Tuổi trẻ ở giai đoạn mình còn nhớ tốt, còn làm chủ được cái tay, chân, lưng, hông, eo của mình thì đó là giai đoạn tốt nhứt để tập sự thiền định. Đến một tuổi nào đó khi mình không còn làm chủ được các chi thì lúc đó chuyện ngồi rất là khó. Cách đây mấy hôm có một số Phật tử ở Thụy Sĩ đi qua 1 vùng của Đức thăm chúng tôi, có ở lại qua đêm mấy hôm. Tôi có phát hiện ra một chuyện. Đó là tôi nhớ một ông bác sĩ người Mỹ ổng nói sẽ có một lúc nào đó trong đời các bạn thấy rằng còn đi bộ được là một cái phúc. Một blessing từ Chúa, còn khả năng đi bộ là một cái phúc. Mà nhiều người thì ngại, hoặc sợ, lười đi bộ. Ông bác sĩ này thì hiểu cái chân mà còn đi bộ được là cái phúc lớn lắm. Tôi tuyệt đối đồng ý câu nói này. Bởi vì mình chưa đụng tới xe lăn, chưa xài tới cây gậy mình chưa thấm thía câu nói đó đâu. Như tôi bây giờ chưa xài xe lăn, chưa xài gậy vậy mà mấy hôm nay trời đổ tuyết. Tuyết dầy quá, đổ tiếp tục thành băng. Tôi rất ngại ra khỏi thất, bước ra là té liền. Cách đây hai hôm tôi ra ngoài đổ rác mà nó trượt muốn đứng tim luôn. Hên là tôi còn chụp kịp cái hàng rào. Lúc đó tôi mới thấm thía, à thì ra trong những mùa khác, những tháng khác mình hoàn toàn có thể đi bộ một cách thoải mái mà nhiều lúc mình còn coi thường. Huống hồ chi bây giờ muốn đi đi cũng không được nữa. Đó là chưa nói đến xe lăn đó. Chưa kể tới chuyện chống gậy, chuyện phải có người dìu dắt. Đó là chuyện ngoài đời.
Còn chuyện trong Đạo. Các vị có khả năng ngồi thẳng lưng không nhúc nhích trong một giờ đồng hồ, tôi phải nói đó là cái phúc. Mà mình không tận dụng được khả năng đó, để biến nó thành một thói quen thì có một lúc nào đó muốn nó cũng không phải dễ. Tôi chỉ nói riêng chuyện ngồi xếp bằng thôi quí vị à. Các vị có khả năng sống một mình, đó là một cái phúc. Sống đây là sống an lạc đó. Các vị có thói quen đi kinh hành, có thể chánh niệm được trong lúc bước đi, đó là một cái phúc. Rất nhiều người không làm được chuyện đó. Không làm được. Họ cứ ngọa nguậy nhúc nhích là không chánh niệm được. Cho nên đi được trong chánh niệm là một cái phúc. Có khả năng ngồi lâu là một cái phúc. Cái lòng còn hiếu học, còn thiết tha tìm hiểu giáo lý, đó là một cái phúc. Bởi vì có một ngày không còn nữa. Cái khả năng ghi nhớ những điều mình đã học, đó là một cái phúc. Có được hứng thú trầm tư suy tưởng những điều mình đã học đã nhớ, đó là một cái phúc. Mình còn có lòng hào sảng để bố thí, còn khả năng tài chánh để bố thí, đó là cái phúc. Mình còn khả năng tha thứ được, bao dung được, đó là cái phúc. Và tất cả đó đều là những món báu vật hết. Vấn đề ở đây là mình biết nó có ở trong nhà mình và mình biết đặt nó đúng chỗ hay không. Bởi vì có nhiều người lòng rất hào sảng, nhưng một điều là thiếu trí nên họ không biết thế nào là đúng chỗ, thế nào là đúng lúc. Nghĩa là không biết đặt đúng chỗ cái món đồ đó, cho nên sẽ có ngày họ hối hận thôi. Họ tiếc nuối đó. Tại sao cho ra mà tiếc. Tại vì họ đã quên cái kỹ thuật đầu tiên của việc dọn phòng là cái gì nó phải nằm ở đâu đúng chỗ, chỉ riêng việc bố thí.
Rồi chuyện tu học giáo lý, thiền định,v.v...tất cả, chúng ta phải tranh thủ thời gian, chúng ta biết thời điểm nào chúng ta còn làm được chuyện đó, chúng ta phải tranh thủ. Tôi nhớ hoài câu chuyện một cô giáo đem vào lớp học một lọ thủy tinh, một rổ nhỏ đựng cát, đựng sỏi và một nhánh cây khô, một lọ nước. Cổ đưa cái lọ không cho học trò, nói bằng cách nào các em đưa hết những thứ này vào trong lọ mà không bị dư. Mấy đứa học trò lắc đầu nói không thể nào hết, nhiều quá cô ơi, không thể nào! Có đứa nhìn nhánh cây nói quá dài làm sao lọt vô cái lọ được? Có em ráng thử bỏ thứ này thứ kia vô mà cũng không được. Cuối cùng lúc nào cũng dư hết. Một là đưa vô hết mà ló ra ngoài, hai là nhét vô chưa hết đã đầy bình. Cô giáo mới nói cô đảm bảo với các em mình hoàn toàn có thể đưa hết tất cả những thứ này vô lọ mà không dư cái nào hết, còn có thể vừa khít vặn nắp lọ được nữa. Các học trò le lưỡi lắc đầu thì cô giáo tiến hành làm. Đầu tiên cô cho mấy nhánh cây vô trước vì nhánh cây quá dài, chiều dài tương đương cái lọ. Tiếp theo cô bỏ sỏi vào. Xong cô cho cát vào tiếp. Cuối cùng cô mới bỏ nước vào. Tất cả đều vừa vặn.
Đó là một bài học rất hay mà khi thuyết pháp tôi thường kể, và tâm đắc câu chuyện đó. Có nghĩa là cũng chừng đó việc, chúng ta với sức khỏe đó, thời gian đó, điều kiện tài chánh đó lẽ ra chúng ta có thể làm được. Nhưng chúng ta không biết sắp xếp, nên không có tài nào mà đủ thời gian để thực hiện. Trong khi lẽ ra chúng ta có thể làm chuyện đó. Cho nên kỹ thuật đầu tiên trong dọn phòng đó là ngăn nắp. Mọi thứ ở đâu, cái gì nó phải nằm đúng vị trí của nó.

Chuyện thứ hai trong kỹ thuật dọn phòng là phải biết ƯU TIÊN cho cái gì. Tùy mỗi người thôi. Do khuynh hướng tâm lý, căn cơ tu hành của mình ít nhiều, dầy mỏng mà có người ưu tiên cho mình cái gì. Chúng ta SẴN SÀNG HY SINH NHỮNG THỨ KHÔNG CẦN THIẾT dầu cái đó mình thích. Chuyện tiếp theo phải biết LỰA CHỌN CÁI ƯU TIÊN.

Như tôi vừa nói do căn cơ của mình mà mình thấy cái gì quan trọng. Có nhiều người miệng thì nhận là Phật tử nhưng nếu họ bình tâm nghĩ kỹ lại coi cái ưu tiên của họ không phải vấn đề tâm linh., mà là vấn đề tình cảm, vấn đề vật chất. Tình cảm là gì? Là họ cứ loay hoay trong mái ấm gia đình. Cứ loay hoay trong phát triển sự nghiệp, tiền bạc. Tôi không rình mò, không chăm chú người ta nhưng tôi ngẫu nhiên thấy cái đó ở rất nhiều người. Miệng thì nói thờ Phật, nói sợ sanh tử mà tối ngày cứ loay hoay những thứ tình cảm, tiền bạc thôi. Tới hồi nghe ung thư một cái thì hai cái đó không cái nào giúp được hết. Kẹt vậy đó! Tôi không xúi quí vị buông gia đình, không kêu quí vị bỏ hết công ăn việc làm. Tôi chỉ nhắc chừng là trong cơ thể mình canxium là quan trọng, chất sắt là quan trọng, magnesium là quan trọng, B1, B6, B12, Vit C, A, D là quan trọng. Tuy nhiên mình coi trong cơ thể mình cái nào cần được lưu tâm trước. Cái nào cũng quan trọng hết, nhưng coi kỹ lại cái nào nó dư, hoặc đang bị bịnh gì đó phải uống cái nào trước. Chứ không phải coi cái nào cũng ngang nhau. Có cái ưu tiên, cái thứ 2, thứ 8 thứ 10. Đằng này mình không biết ưu tiên cho cái gì, không biết coi nặng coi nhẹ cái nào, cái nào nên bỏ bớt thì không khá được.

Trong chuyện tu hành cũng vậy. Nhiều người than với tôi:" bây giờ con lớn tuổi rồi, bịnh nhiều quá rồi, con không học được như tuổi trẻ". Tôi không đồng ý. Tôi nói tuổi trẻ, sức khỏe, trí nhớ, người ta học được 100. Mình hoàn toàn có thể học được 30, 20, 15, 12, 11, 8, 9... hoàn toàn có thể làm được mà, chớ đâu phải không. Cái tủ áo quần muốn có chỗ trống để có thể đưa đồ mới vào thì bắt buộc phải có cái gan bỏ đồ cũ ra mới có chỗ trống nhét đồ mới vô. Đó là bắt buộc, là cái luật. Lâu lâu mình dọn bếp một lần, mình coi nồi chảo, muỗng , nỉa, dao, kéo cái gì bỏ được thì bỏ mình mới đưa đồ mới vô được.

Ở đây cũng vậy, tùy vào tuổi tác, vào cái sức khỏe, vào điều kiện tài chánh, điều kiện gia đình mà chúng ta tùy lúc ưu tiên cho cái gì. Tôi phải nói rõ, chẳng hạn người Phật tử không thể nào hành thiền mà mù tịt không thể biết tí ti lý thuyết căn bản về cái pháp hành mà mình đang tu. Các vị nói với tôi" bây giờ cô già rồi". Đúng! Nhưng phải tìm hiểu Tứ niệm xứ là cái gì, tại sao phải niệm thân, niệm thọ, niệm tâm niệm pháp? Mà thân thọ tâm pháp là cái gì? Dốt gì thì dốt, già gì thì già, hễ là Phật tử thì bắt buộc phải biết cái đó, căn bản nhứt, đơn giản ngắn gọn nhứt, phải biết, quí vị à phải biết, chứ không thể nào hỏng biết. Không ỷ là mình già mình bịnh mình không biết. Như vậy không nên. Ở vào cái tuổi nào đó mình phải biết ưu tiên cho cái gì. Hồi nhỏ hồi trẻ học tiếng Pali, học A tỳ đàm ở diện rộng, sâu. Mình vươn tới chiều cao này nọ. Nhưng lên tới tuổi lớn hơn, sức khỏe, sức nhớ cũng giảm sút, sức hiểu chậm lụt, thì lúc bấy giờ mình ưu tiên cho cái gì?

Trong đầu bài giảng tôi có nói trong 6 bài Kinh đó, đặc biệt tôi nói bài dễ thấy nhứt là bài Sa môn quả. Trong đó Đức Phật dạy rất rõ tuần tự thứ lớp hành trì của một vị tỳ kheo nói riêng và của một người cầu đạo giải thoát nói chung, là lúc nào làm cái gì, và phải biết ưu tiên cho cái gì. Tại sao và dựa vào đâu mình biết cái đó?- Mình phải nhìn mình. Ngày xưa có Phật có Thánh tăng. Bây giờ chỉ có Kinh sách, dĩ nhiên cũng có thể đến tham khảo với tăng ni để mình biết coi mình cần cái gì. Hồi nãy tôi có nói, giáo lý thì mình không có điều kiện học giỏi như tuổi trẻ, như người khỏe. Nhưng ít ra mình phải biết ưu tiên cho cái gì nó hợp với tạng phủ, thể chất, cơ địa mình. Thích bố thí thì thích. Khoái cúng dường, khoái làm từ thiện, thích phục vụ, rửa chén, chùi cầu, quét dọn, hút bụi mình thích lắm. Nhưng mình phải coi coi chừng đó có đủ để mình "đi xa" hay chưa, ở tuổi này? Hoặc có trường hợp, mình đem áp dụng nhiều thứ trong lúc như tiếp tục chùi cầu, rửa chén, tiếp tục phục vụ cho đại chúng, cho Tam bảo. Nhưng từ bây giờ mình phục vụ những việc đó bằng tất cả chánh niệm, bằng nhận thức tỉnh táo nhứt thì cũng là được, chớ đâu phải hỏng được. Nhưng phải khá hơn hồi trẻ. Hồi trẻ mình làm không thiết tha cái chuyện tu tập tuệ quán. Nhưng ở tuổi lớn thì phải biết quay lại với cái gì thật sự thiết thân, là quan trọng.

Chuyện thứ hai của kỹ thuật dọn phòng chính là biết ƯU TIÊN cho cái gì. Thì mình đem cái nghệ thuật đó đưa trở vào đời sống thường nhật của mình. Mình để ý mình nóng tánh, mình bủn xỉn, tiểu tâm, ganh tị nhiều quá thì mình phải biết ưu tiên cho chuyện giải quyết tánh xấu đó. Đó cũng là

một cách tu. Tôi đã nói rất nhiều lần. Tu là biết nhìn vào cái THIỆN để PHÁT TRIỂN, nhưng đồng thời cũng biết nhìn vào cái ÁC để mà BỎ. Cái bậy nhứt là thích tụng Kinh, thích ngồi thiền mà quên không hề biết rằng cái phiền não nào ở mình nổi trội hơn. Tôi cho cái đó rất là bậy. Chính vì mình không chịu nhìn cái xấu của mình cho nên càng tu mình càng dễ ghét. Tại vì mình cứ lo hãnh diện với cái tốt mình có không, trong khi cái xấu mình không để ý tới. Thậm chí tôi cũng phải nói thêm, là tùy căn cơ mỗi người mà cách tiếp nhận Phật pháp của mình khác nhau.
Trong Kinh nói thời Đức Phật, có lần Đức Phật gặp người đến xin xuất gia. Mà người này đã tu 100.000 đại kiếp rồi, không phải ít. Nhưng cái ba la mật của vị này chỉ ở cái dạng vừa đủ thôi. Tuy nói rằng phải đủ ba la mật mới đắc đạo được, chuyện đó hoàn toàn đúng. Nhưng có những vị trong 10 cái ba la mật (bố thí, trì giới, nhẫn nại, tinh tấn, chí nguyện, từ tâm, hành xả...) tùy căn cơ mà người ta nặng về cái gì. Cũng 10 ba la mật, có vị nặng về từ tâm, tạo các thiện nghiệp về từ tâm rất lớn, sâu dầy. Có những vị thích về thiền định, mặc dù thiền định bên Thập độ không có. Nhưng thiền định được kể trong trí tuệ, trong Trí có văn, tư, tu đó, cho nên tu tập thiền định cũng là cách trau giồi trí tuệ. Các vị trong 10 ba la mật thì cái nào cũng phải có ở mức cần thiết để vuông tròn đạo quả Thánh trí. Nhưng nặng thì có vị chỉ nặng về thiền định. Có vị nặng về bố thí. Có vị nặng về tinh tấn, có vị kham nhẫn. Thì Đức Phật thấy vị này đã tu 100.000 đại kiếp rồi, thời gian tương đương với ngài Ca Diếp, ngài A Nan. Ngài xét thêm vị này có đủ phước để mà y bát tự có, không cần đi tìm hay không. Thì Ngài thấy vị này thiếu phước đó. Vị này kiếp trước không thiết tha chuyện cúng dường y áo, nên vị này không được thọ giới bằng cách thiện lai cái (...) của tỳ kheo đó, thì vị này không được. Vị này hồi xưa tu như thế nào? Vị này xưa học Tam Tạng rất giỏi, giữ giới rất tốt, thiền định rất tốt nhưng do bẩm tính, có suy nghĩ cực đoan là nghĩ thế này:"Ông sư mà thiếu thốn là chuyện bình thường". Suy nghĩ này qúa đúng. Thứ hai, vị này nghĩ "ông sư đến cuộc đời này sống bằng nghiệp của mình. Không ai can thiệp vào nghiệp của đời người khác". Điều này cũng đúng. Cho nên mới dẫn tới câu thứ ba là "phước ai nấy hưởng". Thí dụ như vị này đang đi xuất gia trong thời Đức Phật Ca Diếp, thấy mấy ông sư khác bị thiếu, vị này nghĩ rằng tại vì ổng thiếu phước mới bị vậy thôi. Cho ổng làm chi để kích thích cái lòng tham của ổng thôi. Mà thấy ổng mặc y cũ thì cũng được chớ có sao. Vị này cũng dư ba bốn cái bình bát, cũng nghĩ nói bát cũ cũng là cái bát, nên vị này không thiết tha chuyện bố thí. Nhiều khi được người ta cho thuốc men chữa bệnh, cúng dường thực phẩm thì vị này cũng nghĩ rằng tu là phải đơn giản, là phải sẵn sàng đói nghèo.
Từ chỗ nghĩ vậy nên khi thấy các vị tỳ kheo mà bị thiếu thốn thì vị này không có động lòng từ. Thấy những việc như vậy là bình thường, giống như cùng là lính thì giống nhau, tên nào cũng phải ngủ ngoài trời thì mắc gì phải thương nhau, tên nào cũng phải đào hố cá nhân, cũng bị muỗi cắn, cũng nhớ nhà nhớ mẹ nhớ cha, nói chung y chang nhau thì mắc gì mình thương? Nhưng ngược lại thì không phải. Có những người lính họ rất thương đồng đội trong khi bản thân họ đâu ngon lành gì nhưng lòng họ thì vậy. Họ vẫn thương thằng Tèo kế bên chưa cưới vợ mà bị đẩy đi lính. Thằng kia ba má già không được chăm sóc phụng dưỡng mà giờ phải bỏ ba má để đi lính. Thí dụ như vậy. Nó vẫn nghĩ đến hoàn cảnh người ta nó thương. Nhưng có những thằng lính thấy chuyện đó bình thường. Mình cũng như nó, nó cũng như mình mắc gì mà thương.
Ở đây cũng vậy. Do cách tiếp nhận, do cái căn cơ mỗi người mà khi đón nhận Phật pháp, vị này tập trung vô, nghĩa là dùng Phật pháp để suy nghĩ nghe, thì tất cả những suy nghĩ vị này là đúng. Ông thầy tu là phải đơn giản, ông thầy tu đói nghèo là chuyện bình thường, và mỗi người đến với cuộc đời này sướng khổ là do nghiệp của mình thì mắc gì mình phải bận tâm. Mình có can thiệp vào cuộc đời người ta hay không? Quá đúng! Thế là vị này nghĩ như vậy nên bao nhiêu năm tu chớ có hề chia sẻ một chút vật chất nào cho bạn tu hết. Cho nên khi sanh ra thì lúc nào cũng vừa đủ vậy thôi, vì có tu mà, chớ lòng thì không phải kẹo, không phải là do ích kỷ, bủn xỉn, tư túi, không phải vậy mà chỉ là do cách nghĩ CỰC ĐOAN.
Hoặc sẵn đây cho tôi nói hé một câu dễ bị chửi, nhưng do tôi nhớ tôi nói. Có một số Phật tử thấy ông sư ổng xài món đồ tốt, thí dụ ổng mang đôi giày hơi đồ hiệu một chút, mình chửi. Mình nói ông sư gì xài đồ sang. Tôi xin nói thiệt, quí vị chửi đúng chớ không sai. Nhưng quí vị có tìm hiểu chưa, là ổng đi mua cái đó hay là người ta cho ổng. Tôi ghé Brisbane, đôi giày tôi nó nát, hả hàm ếch rồi,

thì ông Nhân ổng thấy cái chưn tôi với ổng cùng size, mà ổng mới mua một đôi vừa ý, đôi cũ ổng để đó. Ổng mới nói thôi trời lạnh sư liệng cái đôi hả hàm ếch đi, sư lấy đôi này sư mang. Ai mà biết đôi đó ổng mua bao nhiêu tiền. Mang về từ Brisbane mới lên Sydney một chút nó bu lại nó chửi như chó. Nó nói ông sư gì mà đi xài đồ hiệu. Mà thực sự tôi chớ hề biết ông Nhân ổng mua đôi đó bao nhiêu tiền. Nó có trường hợp đó nữa, tôi biết. Hoặc là tôi có một cái vali rất là tốt. Ở đâu nó ra. Là người ta mua nguyên một set. Set là một cái xách tay nó nằm trong một cái nhỏ. Rồi cái nhỏ nằm trong cái lớn hơn. Và cái lớn hơn lại nằm trong một cái lớn hơn nữa. Tổng cộng là một bộ là 4 cái vali và một cái túi xách tay. Người ta mua về người ta xài cái lớn nhất, cái nhỏ nhất. Còn hai cái nhỡ họ không xài. Khi gặp cái vali của mình, lúc họ kéo hành lý của mình cho mình bay đó, tại mình khởi hành từ nhà họ. Mà họ thấy cai dây kéo zipper tuột lên tuột xuống họ mới chực nhớ. Thì bà xã mới nói "anh à mình còn dư một cái trong garage đó anh. Đưa cho sư đi". Tôi gặp đó nói thiệt quí vị tôi tham liền vì tôi biết cái hiệu đó. Thì họ đưa tôi 2 cái tôi lấy 1 cái thôi. Mà từ đó tôi ra phi trường người ta dòm dữ lắm. Bởi vì sao? Bởi vì cái đó đồ hiệu Tumi mà, cho nên chúng đè ra nó chửi. Cho nên mai mốt gặp tôi xài cái đó làm ơn nhớ dùm. Và ở Thụy Sĩ này lúc cần tôi cũng ghé tiệm đồ cũ. cách đây một hai năm, tôi có lụm(kêu là "lụm" đó) một cái Rimowa. Nó đen đen rồi nhưng mà nếu bà con nào không biết thì chửi nữa. Là tại vì cái Rimowa nó là đồ hiệu mắc tiền lắm. Mà hỏng biết cái tên nào nó đi phượt, đi giang hồ mà nó liệng lên liệng xuống banh chành rồi mà nó còn tốt lắm. Tôi gặp tôi mừng lấy, cái đó chừng 20 bảng. Mà ai hỏng biết tưởng tui đi nhiều nó cũ. Hỏng phải, tôi lụm nó, tôi rước nó, thỉnh nó về trong lúc nó đã cũ rồi.
45:45
[23/01/2021 - 07:40 - buithibuukim]
Bây giờ tôi quay trở lại. Đừng có cực đoan! Có nhiều khi mình thấy vậy mà nó không phải vậy. Tùy vào căn cơ mỗi người mà chúng ta tiếp nhận Phật pháp theo kiểu riêng của mình. Có người cũng ăn uống như vậy, y như người ta mà sau đó ít lâu bị sỏi thận. Có người ăn uống chung với nhau như vậy mà thời gian sau bị tiểu đường. Rồi họ ăn uống giống như người ta mà bị cao máu, bị dư cholesterol, đó là tùy thể trạng mỗi người. Chớ mình ăn chung một bàn với nhau năm mười năm nay rồi. Có người uống nước rất ít mà cả đời không biết sỏi thận là gì. Có người uống ráo riết mà nó sỏi thì cứ sỏi thôi. Có một chuyện có lẽ quí vị không ngờ. Là dân vùng núi cao, có rất nhiều bộ phận dân cư trên hành tinh này không biết đánh răng một đời. Vậy mà răng vẫn tốt. Vậy mà những nơi chốn văn minh một ngày đánh răng 8 lần mà nó hư thì nó cứ hư. Có những dân như Mông Cổ, Tây Tạng, họ đi nước ngoài thì tôi hỏng biết, bữa đó tình cờ tôi đọc thôi, ngay cả người Trung Quốc mãi đến sau này họ mới biết đánh răng. Chớ trong thời kỳ Cộng sản thì cái chuyện người Trung Quốc không đánh răng rất là bình thường. Mình phải hiểu đâu phải những người đánh răng đều đặn vậy răng họ tốt. Mà không phải ai không đánh răng răng họ đều hư. Mà do thể tạng mỗi người, trong một hoàn cảnh nhưng do cái cách vận hành, tiếp nhận khác nhau.
Phật pháp cũng vậy. Cũng trong lời dạy trong môi trường đó nhưng không phải ai cũng có cách tiếp nhận giống nhau. Cho nên tôi quay lại điều thứ hai là phải biết ưu tiên cho cái gì, tuổi tác mình ở giai đoạn nào. Tình trạng sức khỏe, tình trạng tài chánh và vô vàn những điều kiện khác trong đời sống. Mình cứ theo đó mình coi lúc này, thời điểm này ưu tiên cho cái gì về vật chất, và nên ưu tiên cho cái gì về tinh thần.
3/ Phải có cái gan bỏ đi những cái không cần thiết.
Chúng ta phải nói vòng luân hồi là hành trình "nhặt" và "ném". Là sao? –Cứ sống bất thiện là tự mình bỏ đi những cái tốt. Đương nhiên là vậy, dầu mình không biết gì, cứ hễ đang sống với bất thiện là vung tay liệng đi những cái tốt. Mà khi mình sống thiện có nghĩa là mình đang liệng bỏ đi những cái xấu. Cứ một ngày như vậy, trong từng giờ từng phút trôi qua, tự mình hỏi lòng mình, mình đang nhặt vào cái gì, mình đang liệng ra cái gì? Chỉ có người biết Đạo mới có cái gan liệng bỏ những cái không cần thiết. Vì sao? –Vì trong đời sống này, tất cả những gì thuộc về vật chất, tình cảm, tâm linh, tinh thần nó đều nằm gọn trong hai thứ sau đây. Tôi hứa bảo đảm không có cái thứ ba. Đó là thứ MÌNH CẦN và thứ MÌNH THÍCH:
1) Có những cái mình thích nhưng nó không phải cái cần.
2) Có những cái mình cần nhưng mình lại không thích.

3) Cũng có những thứ mình vừa cần lại vừa thích.
4) Và có những cái mình không cần mà thực sự cũng không thích. Cái thứ tư này quá dễ rồi. Loại thứ ba cũng dễ nữa. Thực sự nó cần cho mình mà mình cũng thiệt thích nó. Nhưng vòng luân hồi mình đau đầu là hai cái đầu tiên.

Sống tốt tu tốt là hai cái đầu tiên. Có những cái mình cần mà mình không thích. Nó đối với mình không hấp dẫn, không có gì hứng thú, thú vị hết. Có những cái mình khoái mình mê nhưng thực sự nó không cần thiết. Thậm chí nó còn có hại cho mình nữa. Chỉ có trí tuệ, mà trí đây là mình xin của Phật, mình ăn mày của Phật chứ mình không có khả năng đó. Như hôm nay mình học A tỳ đàm là mình xin trí của Phật, ăn mày trí của Phật, chứ làm sao mình biết được A tỳ đàm. Phải học Phật pháp mới biết cái gì thực sự là cần.

Hồi nãy tôi kể chưa hết, như mấy người Phật tử lên thăm tôi, họ ngồi thiền rất giỏi, tôi ngồi bên cạnh họ mà tôi nhột. Nghĩa là mình còn có nhúc nhích chứ họ ngồi như là vô đại định Phi tưởng phi phi tưởng vậy đó. Rồi sau đó tôi có hỏi họ thì họ nói là con chưa từng ngồi thiền bao giờ. Tôi nhớ tôi có nói một câu thế này: "Đừng để nó mất nghen cô. Uổng lắm. Đừng để nó mất!". Cổ hỏi mất cái gì? Tôi nói "Đừng để mất khả năng đó. Nó mất uổng lắm. Vấn đề bây giờ là cô học giáo lý thêm để hành cho miên mật, cho chín chắn hơn. Chỉ vậy thôi. Chớ còn cô đang sở hữu một của báu mà nhiều người không có được". Vì có rất nhiều người xếp bằng vô là nó đau. Nó đau lưng, đau đầu gối, đau mắt cá, mỏi vai, mỏi cổ... mệt lắm! Vậy mà họ ngồi bất động đó. An nhiên tọa thị mà bất động không nhúc nhích. Trước đó thì chưa hề ngồi thiền. Mà tôi chỉ dạy họ phép thở thôi, cứ hít vô thở ra đếm 1. Hít vô thở ra đếm 2...rồi cho tới 5. Rồi quay trở lại, hít vô thở ra đếm 1. Hít vô thở ra đếm 2...rồi cho tới 6. Cứ như vậy rồi tới 7, 8, 9, 10. Thế là 6 nhóm, 6 tăng, phải hông? Rồi quay trở lại, cũng 1, 2, hít vô thở ra đếm 1, mà kỳ này cho tới 5 rồi tới 6, 7, 8, 9. Nghĩa là 6 tăng như vậy, rồi quay trở lại tăng đầu tiên. Chỉ nói nhiêu đó thôi. Tôi cũng giảng sơ cho họ nghe là thế giới này gồm có 6 căn 6 trần. Mà khi mình chánh niệm như vậy là mình không để cho 6 căn của mình buông lung, chạy theo 6 trần một cách không cần thiết, thậm chí là nguy hiểm. Chỉ nhiêu đó. Tức là tổng thời gian tôi nói lý thuyết chừng 3 phút rưỡi cho đến 5 phút. Tôi hỏi có nắm được chưa? Họ nói hình như được. Rồi, xong. Bả vô bả ngồi. Ngồi mà ngồi tỉnh bơ!

Tôi nhắc lại câu chuyện đó ở đây để nói rằng cái gan của người dọn phòng, kỹ thuật cần thiết của người dọn là có cái gan bỏ đi cái không cần thiết. Cho tôi nói lạc đề một chút, nói này chúng chửi nữa. Khi tôi dạy học bên Mỹ, không dạy ở chùa mà ở nhà cư sĩ. Cái chỗ rần rần thì tôi không thích. Tôi chọn trong đám học viên, cái nhà nào mà ít người nhứt tôi về đó tôi ở, đến giờ tôi tới kia tôi dạy. Dĩ nhiên chỗ đó phải thanh tịnh. Tôi được phép sử dụng nhà bếp, sử dụng tủ lạnh của họ. Họ lên tiếng mời chớ tôi không có tự nhiên tôi lục. Tôi chỉ gởi cái gì trong đó rồi tới giờ tôi lấy ra thôi. Từ đó tôi mới biết cái chuyện mà phải nói vô cùng kinh khủng khiếp. Đó là có những tủ lạnh mà gia chủ không có cái gan bỏ đi những đồ cũ. Cái đó ở đây chắc ai có tủ lạnh thì biết. Có cái tô đồ ăn nó nằm trong đó không biết mấy kiếp rồi. Cứ thế tô sau nó chồng lên tô trước. Nó chồng lên, chồng lên. Tôi mở ra mà tôi sợ nó rớt. Mà tôi gởi gì, chỉ gởi lon sữa đặc thôi. Hoặc có bữa tôi pha cà phê lỡ tay hơi nhiều, tôi lấy phân nửa, phân nửa tôi để dành uống đợt 2 làm cà phê đá, lúc chưa bị sỏi đó. Chớ bây giờ bị sỏi rồi hạn chế cà phê. Mà cứ mỗi lần tôi mở ra là tôi ớn! Rồi sau này tôi biết một gia đình nữa là hai vợ chồng bác sĩ. Hai vợ chồng thì thức ăn khác nhau. Nàng thì cứ là phần nàng nàng nấu. Mẹ ruột của nàng bả tới bả nấu bả cho. Mà bà bác sĩ này không có cái gan bỏ đồ cũ. Cho đến một ngày cái cửa tủ lạnh đóng không được. Các vị có tin một bác sĩ tại Mỹ phải đi lấy cái đồ ràng cái tủ lạnh lại sợ nó bung cái cửa ra. Mà ông chồng chỉ còn cái nước là ổng quỳ "lạy em, em ơi bỏ bớt". Mà bả cứ không là không. Các vị có tin là hai vợ chồng ở chung nhà mà cuối cùng ông chồng phải bỏ tiền ra mua cái tủ lạnh riêng. Nói là "Cái tủ này là tủ của anh. Và anh van em đừng bao giờ đụng tới cái tủ của anh." Khiếp chưa! Và tôi cũng đã từng thấy những căn phòng ban đêm tắt đèn mà không có cách nào xê dịch trong đó được. Bởi vì đồ đạc nó đầy hết.

Thì cái kỹ thuật dọn phòng thứ ba là PHẢI CÓ CÁI GAN BỎ ĐI THỨ KHÔNG CẦN THIẾT. Tôi phải xài chữ "cái gan" bởi nhiều người KHÔNG CÓ "cái gan" này. Tôi từng biết những người coi như tiếc của, cái gì họ cũng chất. Có một lần ngày xưa tôi ở VN, đến nhà một bà cụ ở Vĩnh Long dự lễ trai tăng. Bả đem ra cúng dường cho mấy sư mình mỗi vị một lọ cù là Mac Phsu. Cù là Mac Phsu

có trước 75. Mà bằng cách nào bả giữ mười mấy năm, bả giữ hai thùng bự, bả đem ra. Các vị biết cái ruột nó là nó khô, teo còn bằng ngón tay cái vậy đó. Ai cũng khen hết. Nó khô rồi mà đem sức, phải nói dầu Mac Phsu là tốt cực kỳ. Trong trí nhớ của tôi nó tốt không thua gì dầu cù là Con cọp, mà bây giờ nó bán ở phi trường Changi ở Singapour. Lần nào hễ đi ngang Changi là tôi cũng làm một hộp 6 chai. Tôi mua về cho tôi rồi cho mấy người quen. Tốt lắm! Bả thấy mấy sư sức mấy sư khen bả mới "thừa thắng xông lên". Bả nói "Người ta nói con cái gì cũng cất, cất. Nhờ cất bây giờ mấy sư mới có đồ tốt xài chớ thời này trên đất nước VN còn ai có dầu cù Matsu". Bả nói là mấy sư đảo mắt nhìn từ dưới đất lên là coi như thùng, thau, hộp bánh tây biscuit coi như bả không có bỏ cái gì hết. Bả chất hết. Đúng! Nhờ bả chất nên tụi tui có dầu Matsu xài. Đúng! Nhưng mà phải nói kinh khủng! Mấy hộp bánh tây mà từ hồi Bảo Đại lên ngôi bả giữ cho tới bây giờ. Cái hồi đảo chánh ông Diệm bả cũng giữ. Cái hồi mà ông Thiệu bỏ VN. Cái hồi VN cải cách đổi mới gì đó bả giữ hết!
Cái người tu phải là người có cái gan bỏ đi cái không cần thiết. Bỏ là bỏ cái gì? –Toàn bộ hành trình tu học trong 6 bài Kinh có ba cái. Đó là: Giới- Định – Tuệ.
** GIỚI HỌC là bỏ đi thân nghiệp, khẩu nghiệp mà nó có hại cho mình, nó làm khổ cho người.
** Giai đoạn hai là ĐỊNH HỌC. Phải lìa bỏ 5 triền cái thì mới thành tựu được Định học.
** Lên tới cái TUỆ HỌC là thứ ba. Phải lìa bỏ được các "điên đảo kiến", bốn cái điên đảo kiến Vipallasa thì mới tu tuệ được.
Tôi nhắc lại, ôn cho mấy người sơ cơ. Toàn bộ hành trình tu tập, cầu giải thoát chỉ có 3 cái đó là giới, định, tuệ. Giới là lìa bỏ những thân nghiệp, khẩu nghiệp mà làm hại chính mình và làm khổ người. Định học là phải lìa bỏ được 5 triền cái thì mới thành tựu được. Tuệ học là phải có cái gan từng phút lìa bỏ được 4 điên đảo kiến.
1. VỀ GIỚI HỌC
Về giới là lìa bỏ thân khẩu nghiệp mà hại mình khổ người, có nghĩa là không sát sanh, không nói dối. Những cái đó nó vừa hại mình mà vừa khổ người. Lời nói cũng vậy, không nói gì sai sự thật, không chửi bới, không đâm thọc, phiếm luận hại người khác.
2. VỀ ĐỊNH HỌC
Còn định học thì phải định nghĩa sơ 5 triền là cái gì? – 5 triền cái gồm có:
* Dục triền là thích thú trong sở hữu, thích thú hưởng thụ trong vật chất. Đó gọi là dục ái.
* Thứ hai là sân triền, nghĩa là bất mãn trong 5 dục. Nghĩa là thích cái này ghét cái kia. Bất mãn gồm có hai. Bất mãn là vì không có được cái mình thích. Và bất mãn vì phải chịu đựng cái mình ghét trong 5 dục vật chất (sắc, thanh, khí, vị, xúc). Cái đó được gọi là sân triền.
* Hôn thụy triền là nó cứ làm biếng, buồn ngủ.
* Trạo hối triền là lòng lăng xăng, không tập trung tư tưởng, và liên tục ray rứt, khổ tâm vì hai chuyện: chuyện mình đã làm và chuyện mình không chịu làm, mà lẽ ra nó qua rồi thì thôi. Nhiều lắm là mình chỉ rút kinh nghiệm sâu sắc rồi mình thẳng đường đi về phía trước. Chứ không nên quay đầu lại, biến nó thành một vết thương thì không nên. Mình đã có lầm lỗi thì nên coi lầm lỗi đó là bài học rút kinh nghiệm chớ không nên biến cái lầm lỗi đó thành vết thương rỉ máu tư mùa tứ quí. Nhớ nhe!
* Cuối cùng là hoài nghi. Là hoang mang nghi hoặc, không chịu tìm hiểu kỹ đường lối hành trì, để rồi khi hành trì không đặt hết niềm tin vào trong đó. Không đặt hết niềm tin vào thầy, vào pháp môn, vào bản thân. Ở đây tôi không hề nói" hoang mang về Tam Bảo", nhe. Vì sao? Vì có nhiều vị nói định nghĩa về hòai nghi trong hoài nghi triền của 5 triền cái cứ luôn luôn định nghĩa lộn. Cứ nói hoài nghi đây là thắc mắc Phật Pháp Tăng. Điều đó không đúng. Bởi vì trong một tỷ đại kiếp có bao nhiêu lần có Phật ra đời? Một tỷ là 9 số 0 đó. Các vị nhớ từ thời đức Phật Nhiên Đăng tới bây giờ là 4 A tăng kỳ và 100.000 đại kiếp. Mà một A tăng kỳ là 10 lũy thừa 140. Có nghĩa là 140 con số 0. Trong khi một tỷ nó có 9 số 0 thôi. Mà nó 4 lần như vậy, từ đời Phật Nhiên Đăng cho tới bây giờ, mà coi như chỉ có 25 vị Phật thôi. Các vị nghĩ coi một tỷ đại kiếp bao nhiêu Phật ra đời? Mà trong Kinh ghi rất rõ, là thời nào cũng có người đắc thiền và chứng thiền hết. Mà muốn chứng thiền và đắc thiền thì sao ta? –Phải lìa được 5 triền mà trong đó có cái hoài nghi. Cái hoài nghi này dứt khoát không liên quan gì tới Phật pháp hết. Mà họ hoài nghi là họ hoang mang vì chuyện gì đó. Ngay lúc có lòng hoang mang đó thì không tập trung tinh thần được. Họ phải dứt khoát, phải khẳng định con

đường họ đang đi mới đắc được. Chớ mình đừng đặt vấn đề quá lớn, mình định nghĩa chuyên sâu, sâu sắc về cái hoài nghi đây là sai. Nếu có ai hỏi tôi, không có hoài nghi trong lúc đắc thiền là sao? Thì tôi nói ở đây không có gì để diệt hết, mà chỉ cần không có sự có mặt của nghi hoặc nào, không có mặt sự hoang mang nào. Thì đó gọi là vắng mặt của sự hoài nghi. Chớ còn mình nói lúc đó hoài nghi Phật, hoài nghi pháp là không đúng vì có biết bao nhiêu người đắc thiền mà họ đâu biết Phật pháp là cái gì.
Cho nên nói rộng là 5 triền, nhưng nói tổng quát chỉ có 2 triền thôi. Đó là "dục triền và sân triền". Chính 2 triền này là cơ sở cho 3 triền còn lại. Và 2 triền này rất quan trọng. Các vị cũng thấy, đối với vị Tư đà hàm, (nhị quả) là giảm nhẹ dục ái và sân. Trong các phiền não, đặc biệt giảm nhẹ dục ái và sân. A na hàm là cắt đứt hẳn dục ái và sân. Bởi vì còn đam mê muốn sở hữu, muốn hưởng thụ trong 5 trần vật chất thì đương nhiên, dĩ nhiên, cố nhiên, mặc nhiên là phải có cái thứ hai là bất mãn trong 5 trần. Bất mãn là vì không tránh được cái mình ghét và không có được cái mình thích. Hai cái này là gốc. Chính 2 cái này quyết định anh là người cõi dục giới hay là cõi . Chính 2 cái này quyết định anh có quay trở lại cõi dục giới hay không, và quay lại nhiều hay ít. Ghê chưa? Và đặc điểm của Phạm thiên là gì? –Là KHÔNG CÓ DỤC ÁI VÀ SÂN. Nhớ nghe, cái này quan trọng lắm!
Kể 5 triền là kể 5 mà thực ra hai ông này là ông chốt. Tôi nhắc lại: 2 cái "dục ái" và "sân" này là đặc điểm của cõi dục. Người không có 2 cái này chỉ có nước về phạm thiên thôi. Chuyện thứ hai, đối với trong 4 tầng thánh, mình thấy trong đó 2 tầng rồi, tầng nhị và tam quả là phải giải quyết cho bằng được vấn đề của dục ái và sân. Tư đà hàm là coi như giảm nhẹ, A na hàm là cắt đứt. Chỉ cần cắt được 2 ông này là mình không quay lại cõi dục nữa.
Mà cõi dục là sao? –Khổ có 3 là khổ khổ, hành khổ và hoại khổ. Khổ khổ có nghĩa là sự đau đớn, khó chịu về thân và tâm. Còn hoại khổ là sự biến mất trong cái niềm vui, trong cái mình thích. Hành khổ là tính lệ thuộc các điều kiện để mình có. Trong 3 cõi dục, sắc, vô sắc thì khổ khổ (khổ thân khổ tâm) nó nằm hết ở cõi dục. Trong cõi phạm thiên người ta chỉ còn có cái hoại khổ và hành khổ thôi. Hai cái này đồng ý là ghê thiệt, nhưng nó không rợn người, nó không làm mình đổ lệ bằng cái anh khổ khổ. Cho nên cái dục ái và sân nó quan trọng lắm. Chính có nó mới tạo ra máu lệ trong dòng luân hồi. Bây giờ tu hành là gì? Tu hành là có khả năng lìa bỏ được cái mình thích thì anh mới bỏ được cái thứ hai là anh không tiếp tục khổ nữa. Bởi vì dục ái và sân nó là một cặp.
Tôi nói lại: "Dục ái" và "sân" nó làm nền cho các triền cái còn lại. Đồng thời trong cái "dục ái" nó làm nền cho cái "sân". Tức là cái thích nó làm nền cho cái bực. Do anh thích cái này anh mới bực cái kia. Do anh thích mát anh mới ghét nực. Anh thích ấm nên mới ghét lạnh. Anh thích thơm anh mới ghét thối, ghét mùi hôi. Anh thích trơn mịn nên anh ghét cái gì thô nhám. Anh thích cái gì sáng sủa thì anh thích cái gì tăm tối. Anh thích khô ráo thì anh ghét cái gì ẩm ướt. Anh thích đẹp thì anh ghét xấu. Cho nên hễ anh còn có thích là anh còn có cái bất mãn. Đó là đang nói về dục ái đó nghe, chớ còn sắc ái vô sắc ái nó là chuyện khác. Riêng trong cõi dục, riêng đối với 5 trần vật chất, hễ có thích là 1000% anh có cái ghét ngược lại. Mà cái ghét là cái khổ. Khổ vì bịnh, khổ vì đói, vì lạnh, vì sanh ly tử biệt, khổ vì muốn mà không được, thương phải xa, ghét phải gần. Tất cả những cái khổ này đều đi ra từ chuyện mình thương hay mình thích một vật gì đó.
Cho nên muốn dọn cái phòng mình sạch đẹp thì phải có cái gan bỏ đi những cái không cần thiết. Ở đây cũng vậy. Trong dòng chảy luân hồi mà không học Phật pháp thì mình không biết cái gì cần và cái gì không cần. Từ đó mình cũng không có khái niệm nên bỏ bớt cái gì. Cái gì cứ tiện thì quơ vô, tiện thì quơ vô. Các vị biết rằng sanh sự thì sự sanh (thêm chuyện thì chuyện thêm). Thêm đồ thì thêm chuyện. Đó là cái luật. Tôi xin bảo đảm 1.000% cứ thêm một món đồ, thêm một mối quan hệ tình cảm, thêm một quen biết thì tôi bảo đảm chắc chắn là có thêm phiền. Tin tôi đi. Trong room có nhiều người không tin. Nhưng về gác chân lên trán nghĩ coi có đúng hong. Cứ thêm một mối tình cảm quen biết yêu thương ai đó, thêm một món đồ mà mình vừa ý, cứ thêm một cái gì đó về tinh thần hay vật chất là dứt khoát phải phiền. Chỉ trừ ra có thiện pháp thôi.
Tuy nhiên, đó là nói theo cấp sơ đẳng. Chớ còn nói rốt ráo thì hễ còn có DANH SẮC thì còn có PHIỀN PHỨC. Hễ còn có sanh thì phải có diệt, có sanh thì có tử. Nhưng chuyện đó lát nữa tôi nói về Tuệ học. Riêng bây giờ tôi đang nói về định học thì anh phải bỏ được cái anh thích thì anh mới

né được cái anh ghét. Bởi vì sao? Bởi vì khi không có thích thì không có ghét. Không có đây là né đó. Chứ đừng có nói là đắc A la hán rồi né được những cái quả xấu, tôi không có nói nghe. Tôi chỉ nói là khi anh bỏ được cái thích thì anh không còn có cái để anh ghét. Mà tất cả cái khổ trên trần gian này đều đi ra từ cái GHÉT. Nghĩ kỹ coi đúng không. Như viên sỏi thận là cái mình không thích. Cái bướu trong bao tử là cái mình không thích. Các tế bào ung thư, cái búi trĩ, gàu trên tóc, da khô, vết nhăn trên mặt, dấu chân chim đuôi mắt, mùi hôi cơ thể,... là những cái mình không thích. Mà những cái này từ đâu ra? -Là từ chuyện mình thích những cái ngược lại. Ngày nào mình còn xài Botox, xài silicon thì có nghĩa là mình còn nghĩ đến cái đẹp. Một ngày nào đó mình phải chấp nhận những thứ mà cái Botox, cái silicon không cứu được, đó là khổ, nhớ nhe!

Cho nên cái thứ hai của định học là gì?- Là mình phải có cái gan bỏ đi cái gì không cần thiết. Mà cái gì là không cần thiết? –Cái gì hại mình hại người, đời này và đời sau.

3. TUỆ HỌC

Tuệ học là mình có khả năng chánh niệm và khả năng trí tuệ. Trí tuệ đây là VĂN -TƯ - TU. "Văn" đây là những gì mình đọc, mình nghe từ người khác. "Tư" là khả năng suy tư, tư duy dựa trên cái mình đã học. Và "tu" là thực tập, hành trì, đưa vào thực tiễn những cái mình đã học và đã suy tư.

Tu Tứ niệm xứ là phải có 3 thứ này. Ít nhiều, sâu cạn, rộng hẹp tùy người,nhưng phải có, phải học giáo lý. Chớ đừng ngồi tưởng tu là giữ cái tâm thanh tịnh là được rồi không cần phải học, mà trong khi mình mù tịt không biết cái tâm nó là cái gì, thế nào là thanh tịnh mình cũng không biết. Người học giáo lý đàng hoàng hỏi họ cái tâm là gì họ nói 3 tháng mới hết. Hỏi thanh tịnh là gì họ nói 3 tháng mới hết. Còn mình không học, nghe nó đơn giản, tại vì nó hợp với tánh làm biếng của mình đó, nói tu không cần học, giữ tâm thanh tịnh thôi, cư trần bất nhiễm nó là Đạo rồi!

"Cư trần lạc đạo thả tùy duyên/ Cơ tắc xan hề khốn tắc miên/ Gia trung hữu bảo hưu tầm mịch/ Đối cảnh vô tâm mạc vấn thiền". Tức là sống nghèo mà hành đạo thì tùy duyên mà sống, chứ không có cưỡng lại cái vận hành của trời đất, nghe nó cũng sang chứ. Đói ăn, mệt thì ngủ, Đạo đơn giản vậy. Trong nhà có của quý cần đi tìm đâu cho nó xa. Trước 6 trần mà lòng dửng dưng thì đó là thiền chớ cần phải đi học thiền làm chi?

Nghe thì đã lắm, nhưng tôi xin hỏi từng chữ nè: "Thả tùy duyên", tùy duyên đây là sao? –Đâu có học đâu mà biết. Rồi cái "Cơ tắc xan hề khốn tắc miên", mệt thì ngủ đói thì ăn cái đó ai hỏng biết. Nhưng ở đây ý của tác giả muốn nói cái gì? Chớ đâu phải mình hiểu cái nghĩa đói thì ăn, khát thì uống,mệt thì nằm ngủ, vậy thì ý vua Trần muốn nói cái gì?- Hỏng học sao mà biết. "Gia trung hữu bảo hưu tầm mịch", gia trung là cái gì? Hữu bảo, của báu đây là cái báu gì? Hưu tầm mịch là không cần tìm làm chi. "Đối cảnh vô tâm mạc vấn thiền", cảnh đây là cảnh gì, tâm là gì, rồi vô tâm là gì? Rồi "mạc vấn thiền", thiền đây là thiền cái gì? Khổ chưa, chỉ một bài kệ 4 câu tứ cú thôi, thất ngôn tứ cú mà quí vị thấy nó đuối rồi!

Cho nên tu Tứ niệm xứ chuyện đầu tiên là phải có chánh niệm và trí tuệ. Tôi đã nói không biết là bao nhiêu lần. Chánh niệm nó cho mình biết cái HOW. Có nghĩa là biết cơ thể thân tâm mình nó đang như thế nào? Nó đang đi đứng, đang nằm, ngồi, tiểu tiện, nhai nuốt, co duỗi, cầm lên, để xuống...Đó là biết cái how. Biết cái WHAT là biết rõ cái gì mà nó đang diễn ra. Đang đi biết là đang đi. Bực mình nó xảy ra biết rõ "ố ô đây là tâm sân, ố ô đây là ganh tị, ố ô đây là sự sợ hãi". Biết cái đó là biết cái what. How là thế nào, what là cái gì? Nhưng đủ chưa? –Chưa! Sẽ có một ngày khi niệm, tuệ nó đủ rồi thì tự nhiên các vị sẽ từng bước bỏ được 4 cái điên đảo kiến sau đây:

_ Vạn hữu là vô thường. Vậy mà có kẻ lén lén âm thầm mong đợi một cái trường cửu. Có nghĩa là có ý kiếm tìm hoặc hy vọng cái "thường" trong cái "vô thường". Đó là điên đảo kiến thứ nhứt. Từ bên Bắc Tông là "điên đảo mộng tưởng", mà tu tuệ quán là "viễn ly điên đảo mộng tưởng".

_ Vạn hữu là bất trắc bất toàn, là đau khổ. Ấy vậy mà có kẻ dốc lòng trông mong đợi chờ đầu tư xây dựng và kiến thiết một cái lý tưởng trốn khổ tìm vui. Đây là cái điên đảo kiến thứ hai.

_ Vạn hữu là do các duyên lắp ráp nên, không có gì tồn tại độc lập, không có một cá thể trường tồn bất biến. Cá thể là đã không có rồi, bởi tất cả đều là transitinal lắp ráp, composition, giả hợp chứ không có thật. Không có một cá thể đơn thuần, thuần túy. Như giọt nước (drop), drop là số ít. Nhưng theo trong Phật pháp không có cái nào là giọt nước. Mà nó là sự tổng hợp, sự gặp gỡ của nhiều thứ hóa chất ở trong một giọt nước, nó mới làm nên một giọt nước. Một sợi tóc,một hạt bụi li

ti bay trong gió thì nó cũng không phải là một, mà nó có vô số thành tố, điều kiện nhân duyên để hạt bụi đó thành tựu. Như vậy ở đây toàn đồ ráp. Tất cả, một cá thể không có thì làm gì có một CÁI TÔI? Cái tôi là cái "một" mà đàng này không có. Thứ nhứt là mọi thứ là lắp ráp, thứ hai, mọi thứ do duyên mà có. Mà đã có rồi thì cũng do duyên mà mất đi. Như vậy trong một thế giới vô ngã mà ráng đi tìm một cái " tôi", một cái "của tôi", một cái "thuộc về tôi", đó là điên đảo kiến thứ ba.
_ Điên đảo kiến thứ tư, bên Bắc truyền gọi là thường lạc ngã tịnh và họ có nhiều cách diễn giải tôi không muốn bàn ở đây, đó là chuyện tế nhị, nhạy cảm. Tôi chỉ muốn nói mấy bản Hán tạng dịch là "thường lạc ngã tịnh". Nhưng chữ "tịnh" ở đây tôi đã nói một tỷ lần rồi, dịch chữ "tịnh" này là do khuynh hướng hồi xưa ở các dịch trường có những vị du học ở Ấn Độ về cực giỏi tiếng Hán. Nhưng cũng có những vị du học Ấn về cực giỏi tiếng Phạn. Rồi họ dạy cho lớp truyền thừa tại Trung Quốc, mà lớp này dĩ nhiên không giỏi bằng sư phụ. Để thúc đẩy tiến độ, tốc độ dịch Kinh cho lẹ, họ áp dụng một cách rất khoa học, nhưng hơi cứng ngắc. Đó là mỗi chữ Phạn như vậy họ chọn ra nghĩa nào mà nó phổ biến nhất, lấy cái nghĩa đó làm nghĩa qui định. Nghĩa là cứ hễ chạm tới chữ đó là cả một dịch trường, ông này dịch Pháp Hoa, ông kia dịch Lăng Nghiêm, Lăng Già, Kim cang, Trung Quán, Câu Xá, Trí Độ,...là tất cả cứ thấy chữ panna là cứ phang vô "tuệ"tới, cứ thấy kunna là quất "ân đức", thấy supa thì dịch là "tịnh". Cứ như vậy. Trong khi chữ "supa" và chữ "sopanak" đều cùng một nghĩa là "sạch, đẹp". Trong tiếng Thái có chữ "saath" và tiếng Việt có chữ "sạch" là có cùng một gốc. Trong tiếng KhMer cũng có chữ "saạp" cũng nghĩa là "đẹp", rất là thú vị! Thì chữ supa có hai nghĩa là "sạch", "đẹp". Nhưng các dịch trường thỏa thuận với nhau hễ thấy "supa" là phang tới chữ "tịnh" cho dễ nhớ. Cho nên "thường" là nicha (Pali), Sanskrit là nictia", lạc là sukka, "ngã" là atta (Pali), một bên là "attama", còn "tịnh" thì supa" hai bên giống nhau. Thì cứ vậy từ đó mới ra khái niệm "thường lạc ngã tịnh".
Thực ra trong chú giải Nam truyền Pali ghi rất rõ chữ supa này là "đẹp". Vì sao? Vì khái niệm "sạch" nó hạn chế lắm. Sạch nó chỉ đối với cái dơ, trong khi cái đẹp nó bao trùm luôn cả cái sạch. Thí dụ một bài hát đẹp, một ca từ đẹp, một nghĩa cử, một nụ hoa, một nhân cách, bầu trời, một ngày đẹp, cuộc tình đẹp... Mình thấy chữ "đẹp" này xài cho rất nhiều trường hợp vật chất lẫn tinh thần. Thực ra mà nói chữ "sạch", thì mức hấp dẫn của chữ "sạch" cũng không bằng chữ "đẹp". Cho nên căn cứ theo văn hóa, ngôn ngữ VN, và cũng căn cứ theo sớ giải Pali thì chữ supa này nên dịch là "mỹ": "thường lạc ngã mỹ" chớ không phải "thường lạc ngã tịnh". Nhớ nhe!
Thì điên đảo kiến thứ nhứt là đi kiếm ,tìm, xây dựng cái "thường tại" trong cái "vô thường". Thứ hai là đi đầu tư kiến thiết xây dựng cái hạnh phúc trong cõi đau khổ. Thứ ba là hy vọng, đầu tư, kiến thiết một cái tôi, của tôi, thuộc về tôi trong cõi đời vô ngã. Thứ tư là đi tìm cái đẹp trong thế giới không có đẹp xấu. Chỗ này định nghĩa hơi khó, không thể nói đi tìm "cái đẹp trong thế giới không đẹp" mà phải là "thế giới không đẹp xấu". Bởi vì cái "đẹp xấu" là một giả niệm, vọng niệm, không có thật.
Thí dụ như tôi đã nói nhiều lần, tùy thuộc vào cơ địa, tâm lý, văn hóa, hoàn cảnh xã hội, nơi chốn sinh trưởng mà thẩm mỹ mỗi cá nhân, mỗi dân tộc, vùng miền, khu vực không giống nhau, khó mà giống nhau lắm! Có người cứ là LV (elvi) họ mới đeo, có người chỉ mê Bubari thôi, họ chỉ thích Gucci thôi, họ chỉ thích Gada thôi, đó là thẩm mỹ mỗi người mình nói không được. Có người cứ hư xe phải là xe Đức, Mercedes, BMW họ cứ tha về, không bao giờ họ đụng tới xe khác. Có người nói họ đầu thai 10 kiếp vẫn chạy Lexus. Còn nếu không mua được Lexus thì thà họ chạy Toyota Corola, chứ không bao giờ đụng tới xe Đức. Họ khoái cái Nhật nó đằm, mềm, nhu nhã, bền bĩ. Thì ngoài cái thích về tác dụng nó còn về thẩm mỹ nữa. Có người thích màu nhẹ, màu nhu, ngọt, ấm. Có người thích sặc sỡ, nhìn chói chang, lòe loẹt, diêm dúa... tùy.
Cho nên tùy thuộc vào căn cơ sở tánh, khuynh hướng tâm lý, môi trường, văn hóa, bối cảnh sinh trưởng mà cái khái niệm, giả niệm của chúng ta về cái đẹp không giống nhau, vì nó là đồ giả. Chẳng hạn như còn ở cõi dục mà mình đã thấy có người thích cái mà người ta ghét, có người ghét cái người ta thích, thì mệt rồi đó. Lên tới cõi phạm thiên thì họ không còn thích ghét trong 5 trần nữa. Nhưng cái không còn thích đó là tạm thời. Mai mốt nó chết nó quay lại cõi dục thì vẫn tiếp tục con đường cũ. Riêng Thánh nhân thì không, một đi không trở lại. Tiếng Hán là "thệ" đó. "Thệ" nghĩa là đi mà không có quay lui. Còn đi mà có thể quay lui là "khứ", "vãng". Nhưng "thệ" là

không quay lại , Như “Thệ như tư phù bất xả chú dạ”. Hoặc là “Cầu thệ thủy ngồi trơ cổ độ/ Quán thu phong đứng lữ tà huy” . Thì chữ “thệ” đó là đi luôn. Cái sự chấm dứt phiền não ở bậc Thánh “thệ”, chớ không phải “khứ”, không phải “vãng”. Nhưng chẳng hạn mình đang tu tâm từ, tâm sân mình coi như nó khứ, nó vãng, nó đi mất nhưng mai chiều nó trở lại, kiếp sau nó trở lại. Còn phiền não đối với các bậc Thánh đã lìa bỏ thì nó đã là “thệ” rồi, đi luôn, không có quay lui. Từ đó mới có chữ “Thiện thệ”.

Một hành giả tu tập Tuệ quán thấy rằng mọi cái ở đời nó tồn tại bằng cách cái sau phủ nhận cái trước. Cái sau thế chỗ cho cái trước. Đó là luật vô thường, luật tồn tại của vạn hữu.

Cái thứ hai, chữ “khổ” định nghĩa như phần lớn người VN là chỉ những cái gì đau đớn của thân, khó chịu của tâm, sợ hãi, ghen tuông... thật ra cái “khổ” trong đạo Phật nó rộng lắm. Khổ đây có nghĩa là cái gì nó bất trắc, bất toàn. Trong (...), Ngài Xá Lợi Phất nói khổ là tình trạng nó gần giống như vô ngã vậy. Nghĩa là mình muốn hay không thì cái tâm nó vẫn phải sanh diệt. Dầu muốn hay không thì chuyện đó nó theo nguyên tắc nó vẫn phải xảy ra. Đó gọi là khổ, tiếng Pali là Tilannak, là pressure (sức đẩy, sức nén). Trong đó Ngài dạy rất rõ (... ...) có nghĩa là do bản chất biến diệt mà gọi là vô thường, (... ...) nghĩa là do sự thúc đẩy không cưỡng được mà khổ, (... ...), nghĩa là do không có một cốt lõi, do không có một cá thể đơn thuần nên được gọi là vô ngã. Mấy cái này bắt buộc Phật tử phải thuộc lòng. (... ... ...) Dù chết cũng phải thuộc. Chớ đừng mà ngồi tùy tiện, tự tiện giải thích tầm bậy tầm bạ, nhe!

Một người tu Tứ niệm xứ phải thấy rõ như vậy. Cái thứ tư là gì? Là đời này không có đẹp xấu. Mà khi mình có lòng đi tìm cái đẹp xấu thì chuyện đầu tiên đó là giả niệm, là vọng tưởng. Mà hễ là giả là vọng thì đương nhiên là chúa khổ. Vì sao? Vì nó vốn không có mà mình đi tìm thì nó còn khổ hơn là đi tìm cái lá diêu bông nữa. Nó còn khổ hơn Lưu Thần Nguyễn Triệu mà đi tìm lại Đào nguyên. Khổ, vốn dĩ nó không có. Đi tìm, tìm không có thì một là khổ. Khi hiểu lầm cái đó là cái mình tìm cũng là khổ. Mà khi có được nó rồi mà giữ không được hoặc một ngày nào đó nhận ra, thất vọng, cũng là khổ. Nhớ nhe!

Quay trở lại, muốn cho cái nhà, cái phòng, khu vườn nó đẹp thì phải có cái gan bỏ đi cái không cần thiết. Trong cuộc tu hành cũng vậy.

Giới học là bỏ đi cái thân nghiệp, khẩu nghiệp không cần thiết.

Định học là bỏ đi 5 triền, đó là những cái không cần thiết. Định học là thiền chỉ Samatha.

Tuệ học là Vipassana, thiền quán, Tứ niệm xứ. Định học là mình lìa bỏ dục giới, nhưng mình còn kẹt trong đáo đại Sắc và Vô sắc. Nhưng Tuệ học là lìa bỏ cả Tam giới. Muốn lìa bỏ tam giới thì phải lìa bỏ 4 giả niệm là “thường lạc ngã mỹ”. Vì dầu Dục hay Thiền đều bị kẹt trong 4 điên đảo kiến này. Có bỏ được 4 cái này mới giải thoát được.

OK. Bữa nay tôi giảng về chủ đề dọn phòng nghe: một là ngăn nắp. Mọi thứ phải nằm đúng vị trí của nó, tiết kiệm không gian và phát huy tác dụng. Hai là phải biết ưu tiên cho cái gì. Ba là phải có cái gan bỏ đi cái không cần thiết.

Chúc các vị một ngày vui và hẹn các vị tuần sau./.
